

学期过半，你有综测焦虑吗？

专家：高校综测应更多元、更灵活、更个性

羊城晚报记者 孙唯 实习生 袁辰锐

A 综测是什么？

评选奖学金、分配保研名额重要依据

综测，全称综合素质测评。目前，各高校普遍以分数为综测指标，对大学生的综合发展情况作出量化评估。综测分数一般由专业学习、思想品德、文体活动、社会实践等各项得分按一定比例合成。不同学校具体算法各不相同，但基本遵循专业学习占比最高、思想品德、文体活动、社会实践等其他板块按需调整的模式。

为什么要进行综测？综测是旨在加强素质教育，是落实立德树人教育目标和党的教育方针的重要举措。对于高校而言，它能为学生管理工作的开展、调整以及优化提供一定的指导，有助于教育质量的提升。另外，综测结果往往还是高校评选奖学金、分配保研名额的重要依据。

同时，综测鼓励大学生们德智体美劳全面发展，为学生的在校学习、社团活动、社会服务等提供努力的方向，助力他们更好地从学生向“社会人”过渡。“最开始是受到综测影响，抱着做志愿时的想法去参加志愿活动的，后来逐渐

意识到自己确实乐在其中。”来自中山大学的李茵分享了她的经历，“我变得更加自信了，也因此认识到了很多不同的朋友，还锻炼了自己在沟通交流、团结协作等方面的能力。”

但是，伴随着竞争，对于当下部分大学生来说，有时综测似乎已经变了味了，成为了“无尽‘卷’活动分”的代名词。“愿世间没有综测”“综测好低好焦虑”“综测真的很消耗我的情绪”……朋友圈、校园论坛等社交平台上随处可见为了综测抓狂的大学生。“综测焦虑”弥漫在大学生之间，成了时下热门的话题。



职校探课

千年宫廷绝技 为高考生打开就业新思路

银丝为线，紫铜或银为胎，施蓝、绿、白等各色天然珐琅釉料，采用沥粉之法勾勒纹样轮廓，再二次烧制……练习掐丝珐琅工艺，是广州番禺职业技术学院珠宝学院部学生的日常。

羊城晚报记者近日走进番禺职业技术学院珠宝学院，体验花丝镶嵌与珐琅制作这一持续千年的非遗，是如何在职业院校流转传承的。

非遗技艺“治愈且解压”

磨，形成绚丽夺目的珐琅工艺制品。

掐丝是功夫，也考耐心。一道掐丝珐琅工艺，需经过十多道工序，一个成品做出的时间周期，基本要一周以上。对珠宝学院的学生来说，这堂能让自己静下心来埋头制作的课堂“很治愈，很解压”。

但天然矿料和金属的性质，与烤制温度、时间的差异，决定了每件珐琅成品都有所不同，能否成功需要讲功夫，也讲运气。这堂课上，一名学生做的掐丝珐琅经过高温烧制后，有一段出现了变形，这段变形的银丝只能“就地报废”。杨井兰安慰学生：“没事，把这段重新再做一遍。”

在一众学生中，张子豪是为数不多的男生之一。他来自甘肃，从小喜欢做玉雕、木雕等手工，目前就读于珠宝鉴定专业。原本番职院在当地并没有投放珠宝类专业的招生计划，但为了能读到心念念的专业，他自愿留级一年，读完大一本专业后，转专业至珠宝学院，从大一继续念起，完成了做“珠宝匠人”的梦想。

“转专业后，我感到这一年的等

待很值得，这里的资源超出我的预期！”张子豪说，自己能从手中获得成就感，中国的传统工艺也常让自己感到震撼，来到珠宝学院后，自己的很多决定都能得到学院支持，也获得了丰富的业界资源，这让他深感如鱼得水。

和张子豪一起埋头花丝镶嵌工艺制作的，还有大三学生张洁。在读中职时，张洁的专业和珠宝并不搭边，通过春季高考进入高职后，才选到了自己真正喜欢的专业，在心中埋下了“非遗”的种子。眼下，张洁和同学们面对着即将到来的实习，她的目标，正是去相关企业做花丝、珐琅技术类工作。

据悉，番职院珠宝学院为了传承好这一能较好体现工匠精神的“手艺”，于2016年开始特别组建了“花丝镶嵌工艺班”，重在培养花丝镶嵌工艺的传承者、创新者，着力打造中国花丝工艺从业者，乃至未来的花丝工艺大师的培训摇篮。目前，该工艺班已经培养出195多名学生，另有30多名学生刚刚入门。

“转专业后，我感到这一年的等

“这个比赛能加分吗？”“我的讲座证明不到了！”每当一年一度的综测拉开序幕，大学生们纷纷使出浑身解数，分分必较，0.01分都不愿放过。有人跃跃欲试，志在必得；更有人焦虑不安，担心自己拿不到好名次，白忙活一整年。如今，高校秋季学期过半，不少同学已经开始焦虑期末综测。“综测焦虑”从何而起？现行的综测体系存在什么问题，又该如何解决？

B 焦虑背后

现行综测体系存在哪些问题

在采访中，不少受访者表示“会因为综测而感到焦虑”。“我本来不会的，直到上次因为综测拿了奖学金，就开始焦虑了。”来自北京外国语大学的小枣坦言。

“综测焦虑”是如何形成的？目前，高校综测与奖学金评选、保研名额分配深度捆绑，综测结果应用范围狭窄。评优评先结束，综测就没有用武之地了。奖学金、保研本应是激励，却不知不觉成了目的——当为数众多的大学生认为“综测就是用来评奖、保研”时，综测已经偏离了它的主旨。

这正是综测焦虑“大行其道”的一大原因。为什么焦虑？担心综测结果不够理想，错失奖学金或保研名额。怎么办？只能参加更多活动。于是，“签到

就溜”的讲座、不需要太费心思的“水赛”、“混一混就好”的社团活动挤占了大学生们的必做名单。忙前忙后，综测分提高了，却没有多少实质的收获，还累得莫名其妙。

对此，来自北京林业大学的陆昕深有体会。“绝大多数活动都是为了综测分去参加，而不是自己的兴趣。”她无奈道，“尤其是在保研关键期，经常会为了加综测分而在疲惫或者很多事情时，不得不去占用自己的休息时间，参加一些对自己用处不大的活动。”

同时，这也暴露出了另一问题：一些高校制定的综测方案缺乏科学性。综测的评价内容和赋分值人为性较强，其中，评价内容不完善、加分项目赋分不合理是大学生们集

中火力的“槽点”。“网上随便答个题，居然能按照国奖的标准加分”“认真真做了半年科研项目，加的分不如别人参加一次文艺汇演”“体测优秀和体育竞赛获得全国第一名加一样的分”……各种“吐槽”屡见不鲜。

对此，岭南师范学院教育科学学院副教授张国玲表示，现行的综合素质测评确实普遍存在“评价标准向智育倾斜、量化指标过于刚性、忽视个体差异、忽视学生的创新力及科学精神等难以量化的方面”等一系列问题。“这些问题主要源于高校追求管理的便利，或出于对公平、公正的考量，以及对综合素质内涵理解的片面性。”张国玲说，“部分大学生为了综测分而盲目参

加活动的行为，虽然在一定程度上反映了他们对综合素质评价的重视，但也暴露出他们的盲目性和功利性，我并不赞同。这种行为不仅可能导致学生无法真正从活动中获得成长和提升，还可能加重他们的学业负担和心理压力。”

除此之外，一些高校的综测工作流程也存在不够透明、有失公允等现象。“在我们学校，综测每一项的成绩会公示，但具体加分项目不会。”方小枣向记者透露。公示不全，就意味着监督无法到位，给“暗箱操作”留下了可乘之机。其次，高校评议工作一般由学生干部主导，而学生干部作为利益相关方，在评议中很难避免主观倾向，甚至出现“独揽大权”的情况。

C 如何优化？

更多元、更灵活、更个性

然而，大学生仅仅专注于专业知识的学习显然是不够的。提高综合素质，为将来进入社会做好准备也同样重要。尽管现行的综合素质测评或许存在种种问题，但它的存在仍有必要。那么，高校应如何优化这一评价机制？如何使综测更好地实现初衷，发挥激励作用？

针对目前的综测模式，张国玲表示，高校应当从三方面

着手。首先应调整综合素质指标占比，除了学业成绩外，还应更多地关注学生的品质修养、创新能力、实践能力、社会责任感等难以量化的方面；其次，要优化评价方法，采用更加灵活多样的评价方式，如同伴评价、过程性评价、档案袋评价、公开演讲辩论、项目评价等，以更全面地反映学生的综合素质；最后，高校应

设法制定个性化的评价方案，依据大学的特点、大学生各自的特长和优势，特别针对大学生的科研能力、社会服务能力、技能突破等，灵活地制定评价方案，鼓励大学生大胆创新、勇于探索。

张国玲进一步表示，除了量化评价模式外，可以采取其他更优的方式对大学生的综合素质进行评估。“比如可以引入过程性的档案袋评价、项目作业评价、同伴评价、公开演讲等评价方式，让学生在评价过程中更加主动地参与和反思自己的学习和成长过程。”张国玲说，“同时，学校也可以尝试建立多元化的评价体系，将学生的学业成绩、社会实践、志愿服务、创新创业、科研

(本文 李茵、方小枣、
陆昕均为化名)

创新等多方面的表现纳入评价范围，以更全面地反映学生的综合素质。”

对于因综测而深感焦虑的大学生，张国玲建议他们首先要调整心态，明确综合素质评价的目的和意义，不要过分追求分数和排名。其次，要学会合理规划时间和精力，根据自己的兴趣和特长选择适合自己的活动参与。同时，也要注重培养自己的兴趣爱好和特长技能，丰富自己的课余生活。最后，要学会与他人交流和分享经验，寻求他人的帮助和支持，共同应对学习和生活中的挑战。

校长自费请学生喝奶茶向全校“买问题”

羊城晚报记者 崔文灿
通讯员 应超

“今天我请同学们喝冬天的第一杯和第二杯奶茶，希望大家就着零食畅所欲言！”近日，广州南洋理工职业学院执行校长姚侃同学发展部、教学科研部、后勤部门相关负责人，与19名学生代表共同召开了一场别开生面的“校长有约”座谈会。

校长有约，“急难愁盼”逐一解决

“校长，能不能将校园网速变快些？”“宿舍楼下能不能增加外卖柜？”“食堂能不能增加凉皮、凉面菜品？”……当天，学校会议室内，19名学生代表与姚侃围坐在一起，一边喝着奶茶、吃着小零食，一边畅谈学校教学生活感受与问题，谈论今后发展方向等。多数同学纷纷感到激动且紧张，卫生健康学院2023级药学专业(3)班的杨晨便是其中一员。“我周一在官微下评论，随后校长给我回复，邀请我参加周四的‘校长有约’。”杨晨介绍，11月13日，学校官方微博公众号上发布一条《校长请你喝奶茶啦！》推文，面向全年级在校生在评论区或后台留言，写下在学校生活的感受、建议或对大学的憧憬，并挑选126名学生送一杯校长买的奶茶。

校长自掏腰包向全校“买问题”，这令全校师生都感觉新鲜且感动。杨晨坦言，那条官微下400多条留言，校长都一一看了并作了回复，针对一些急迫的问题还立刻提出解决方案，让她感到“暖暖的”。

“这是我的手机号码，大家遇到在学校遇到的任何问题，都可以随时联系我，我尽最大能力帮助你们解决。”针对学生提出的诉求与建议，一个半小时的时间，姚侃认真倾听，一一做了记录。随后，他和各部门负责人也对所有问题逐一回应，现场能解决的立即落实，现场解决不了的承诺了整改时限，并公布了负责人手机号、办公室地址、反馈平台等渠道，欢迎学生们积极提出合理诉求，共同完善学院管理机制，建设文明和谐美丽温暖的校园。

做不被定义的优秀“南洋儿”

座谈会现场氛围热烈，学生们踊跃提问、发言，有的学生还拿出手机拍照记录。“感谢校长为我们精心准备的奶茶，精心策划的活动，这种方式让我们更愿意说真话、说实话。”学生代表

陈焰介绍，通过面对面的交流，让他更了解学校、更明白自身未来发展方向。

在细心听完所有学生、部门负责人的沟通后，姚侃借有学生代表提出“不要要在大学谈一场轰轰烈烈的恋爱”和“送的奶茶的老板是南洋优秀校友”为引，结合自身多年学习、工作、生活经验，向全校学生提出三点殷切期望：一是希望大家一如既往关心、参与学校发展建设，以主人翁责任感爱护、珍惜母校，用闪亮的青春底色为学校发展增光添彩，二是希望大家向身边同学传达好会上意见、传递好学生声音，讲好校园故事，共同为学校高质量发展贡献青春力量，三是希望大家珍惜时间、学好本领、坚持自律、保持自信，可以说谈一场双向进步的恋爱，做不被定义的优秀“南洋儿”。

图/视觉中国

文/图 羊城晚报记者 崔文灿



番职院珠宝学院学生花丝镶嵌作品